



IL BOSCO – II LIVELLO

Camminando con la creatività

Il corso si tiene il sabato, una volta al mese, da gennaio a maggio.

Segno

Tutti cantiamo sotto la doccia, molti di noi tengono un diario, ma quasi nessuno disegna. Perché ci hanno insegnato a giudicare noi stessi, ci hanno detto che il disegno è solo per chi sa “farlo bene” – per i grandi artisti, insomma. Eppure, il segno precede la parola ed è uno dei primi modi con cui da bambini abbiamo iniziato a conoscere il mondo. E allora riscopriamolo, questo mondo: attraverso scarabocchi, incontri di sumo colorati, figure allo specchio. Insieme troveremo un modo diverso di approcciarci al di-segno: ci riconetteremo a noi stessi come accade quando meditiamo, senza giudizio, senza logica, guidati dal cuore. Se non sapete disegnare, meglio.

Parola

Il secondo appuntamento sarà dedicato alle parole più sacre che abbiamo: le parole che diventano preghiera laica, che si incarnano nella poesia. Ci tufferemo in un mondo fatto di a capo, metafore, frasi brevi, parole nude e pure, scintille luminose. Scriveremo haiku e impareremo l’arte dell’attenzione, intervisteremo granelli di polvere e riscopriremo il contenuto delle nostre borse, scriveremo odi alla pioggia e al pane; e alla fine, come dice Franco Arminio, ci ritroveremo con tante lucciole luminose, anche se saranno le due del pomeriggio. Perché diciamolo: nessuno ha davvero idea di cosa sia, una poesia, ma tutti sanno riconoscerla quando ne incontrano una.

Corpo

Quando ci siamo dimenticati di avere un corpo? Non si sa bene dove e perché, ma molti di noi l’hanno fatto – senza volerlo. Respiriamo poco e male, ci accartocchiamo su noi stessi davanti al computer, camminiamo raramente. Eppure il corpo non solo è la nostra casa, il nostro primo rifugio; è anche e soprattutto un potente mezzo di espressione – il primo modo che abbiamo per farci conoscere e riconoscere. Per questo, durante la terza giornata, proveremo a recuperare un po’ di quel contatto: lo faremo radicando bene i piedi a terra, riscoprendo che abbiamo una pelle che ci collega al mondo, respirando con il cuore e battendo il ritmo con i polmoni. Alla fine, il nostro corpo si metterà perfino a danzare sulla musica delle nostre vite.

Voce

Il corpo fa il suono, questo lo sappiamo; ma se invece fosse il suono a fare il corpo? Durante questo incontro lavoreremo sull'ascolto: cercheremo di capire quanto ascoltiamo tutti i giorni e quanto davvero riusciamo a sentire. E, con coraggio, esploreremo il primo strumento musicale in assoluto: la voce umana. Saremo stonati in allegria, perché l'intonazione non ci interessa. Andremo alla scoperta di luoghi impensati come l'interno delle nostre orecchie e lo spazio che custodisce il nostro diaframma. Parleremo di respiro e ci butteremo da rupi altissime, perché cantare (e trovare la propria voce) hanno sempre a che fare con le vertigini e con il superare le nostre più grandi paure.

Spazio

Abbiamo il 50% del DNA in comune con le banane e portiamo dentro di noi gli atomi che rendono forti le montagne. Abbiamo gli antenati dentro le ossa e le fronde degli alberi tra le vene. Durante l'ultimo appuntamento cercheremo di percepire la connessione che ci lega gli uni con gli altri, umani e esseri viventi, conifere e canarini: usciremo, andremo in mezzo ai prati e ai boschi veri, respireremo l'aria e troveremo l'immenso in una margherita; strofineremo cortecce e ricalcheremo foglie, cercheremo di catturare i suoni e la luce. Poi torneremo a noi stessi, sapendo che non siamo davvero chi credevamo di essere: siamo molto più piccoli e allo stesso tempo molto più immensi.

COSTO

300 euro tutto il percorso

250 euro in promo earlybird

PARTECIPANTI

Il bosco è un luogo di spazi ritrovati, di sussurri e torte condivise; per questo è importante che il gruppo di lavoro sia piccolo. I posti disponibili sono quindi limitati (8 al massimo): prenota subito il tuo, scrivi a komorebiliberascuola@gmail.com.

COSA CAMBIA A CAUSA DEL COVID-19

All'arrivo verrà richiesto a tutti di igienizzarsi le mani. Negli spazi chiusi indosseremo le mascherine chirurgiche o FFP2, oltre a tenere la distanza di 1 m gli uni dagli altri. Durante la pausa pranzo rispetteremo le distanze che ci consentano di restare in sicurezza e se farà bello mangeremo all'aperto.